

## ОСНОВНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ СІМЕЙНОГО МІКРОКЛІМАТУ ЯК ЗАСОБУ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ

### FUNDAMENTAL ASPECTS OF FAMILY MICROCLIMATE AS A MEANS OF CHILD'S PERSONAL DEVELOPMENT

Стаття досліджує, як сімейний мікроклімат впливає на особистісний розвиток дитини. Аналізуються основні аспекти взаємодії в сім'ї, які сприяють або перешкоджають гармонійному розвитку особистості. На основі теоретичних положень та емпіричних даних обґрунтовується, що створення теплого емоційного клімату, активне спілкування, стиль та послідовність виховання, особистий приклад батьків і забезпечення соціального оточення – все це є невід'ємними умовами для успішного розвитку дитини. А неправильне створення сімейного мікроклімату може призвести до різних відхилень як у фізичному, психічному розвитку, так і в емоційній та поведінковій сфері. Акцентується увага на важливості наявності у батьків постійної уваги, терпіння і любові до дітей. Наразі в Україні є нагальна потреба належної організації роботи в соціальній сфері щодо підтримки сімей з дітьми, особливо вразливих категорій, та створення дружнього середовища для дитини з метою посилення спроможності батьків, подолання їх вразливості, набуття ними навиків у вирішенні проблемних ситуацій з дітьми на рівні кожної громади. Звертається увага фахівців на важливість керуватися індивідуальним підходом до кожної сім'ї та комплексним підходом при вирішенні ситуації, яка в них склалася, важливість міждисциплінарної взаємодії, її надання узгодженої підтримки сім'ям з дітьми, особливо вразливих категорій. Ефективність роботи з сім'ями з дітьми може забезпечити наявність у фахівця терпіння, емпатії та професіоналізму. На основі результатів емпіричного дослідження наводяться рекомендації фахівцям, які працюють із сім'ями з дітьми, для покращення сімейного мікроклімату та підняття батьківського потенціалу, що сприятиме розвитку особистісних особливостей дітей та їх батьків, мінімізації негативних проявів у дитячому середовищі.

**Ключові слова:** сім'я, сімейний мікроклімат, дитина, прив'язаність, особистісний розвиток, виховання, самооцінка, соціалізація, психокорекція.

The article explores how the family microclimate affects the a child's personal development. It analyzes key aspects of family interactions that either promote or hinder harmonious personal growth. Based on theoretical frameworks and empirical evidence, the study concludes that establishing a warm emotional climate, fostering active communication, adopting a consistent and supportive parenting style, modeling positive behaviors, and providing a nurturing social environment are essential for a child's successful development. Conversely, a negative family climate can lead to various developmental challenges in physical, psychological, emotional, and behavioral domains. The study emphasizes the crucial role of parental attention, patience, and love in a child's upbringing. In Ukraine, there is a pressing need for well-structured social services to support families, particularly vulnerable ones, and to create child-friendly environments. These services should empower parents, address their vulnerabilities, and equip them with the skills to navigate challenging parenting situations at the community level. Professionals working with families are urged to adopt an individualized and comprehensive approach, recognizing the unique circumstances of each family. Interdisciplinary collaboration and coordinated support are essential for providing effective assistance, especially to vulnerable families. The effectiveness of family support services hinges on the professionals' patience, empathy, and expertise. Based on the findings of empirical research, the study offers recommendations for improving family climate and enhancing parental capacity. These recommendations aim to foster the development of personal qualities in both children and parents, thereby minimizing negative behaviors in the child's environment.

**Key words:** family, family microclimate, child, attachment, personal development, upbringing, self-esteem, socialization, psychocorrection.

УДК 159.923.2:159.937  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.68.9>

**Косован Н.М.**

магістрантка 2 курсу  
за спеціальністю 053 – Психологія  
Хмельницький інститут соціальних  
технологій Університету «Україна»

**Кондратюк С.Л.**

к.психол.н.,  
доцент кафедри психології та соціальної  
роботи  
Хмельницький інститут соціальних  
технологій Університету «Україна»

Сім'я – це фундамент, на якому формується наша особистість, наші цінності та світогляд. Сім'я впливає на розвиток дитини та формування її особистості, зокрема: емоційний, соціальний, когнітивний, моральний розвиток.

Психологічний мікроклімат в сім'ї – якісна сторона міжособистісних відносин, яка проявляється у формі сукупності психологічних факторів, які можуть сприяти чи перешкоджати розвитку кожного члена сім'ї, продуктивності спільної діяльності та загальний добробут сім'ї.

Сучасна українська сім'я в умовах війни переживає період значних трансформацій, які

супроводжуються низкою викликів. Зокрема, війна призводить до зміни традиційних ролей в сім'ї, де жінки можуть взяти на себе більше відповідальності, сприяє розвитку таких проблем, як тривожність, депресія, агресивність, втома, що може провокувати розбіжності у поглядах на ситуацію, створення конфліктних ситуацій між членами сім'ї, призводить до розвитку постравматичного стресового розладу у дітей та дорослих. Стрес і тривога, фінансові труднощі, особлива вразливість, зростання кількості домашнього насильства, гіпопротекція та суперечності між вимогами

батьків, невідповідності виховних впливів віковим особливостям дитини, відсутності єдиних виховних підходів у сім'ї впливають на якість взаємостосунків між членами сім'ї, на сімейний мікроклімат та особливості розвитку дітей, становлення їхньої особистості.

Необхідність глибокого вивчення даної проблеми диктується і тим, що є несприятливий прогноз подальших змін у сфері загального психічного розвитку та формування особистості дитини, прогноз, який підкріплюється ослабленням багатьох факторів, що мають потенціал протидії наростаючим негативним впливам. Серед них низький рівень розвитку батьківської мотивації, слабке володіння навичками спілкування з дітьми, погана організація побутової сторони життя дитини, її режиму [14].

Причому більшість сучасних батьків, часто обтяжені власними невдачами в різних сферах життя, переносять проблеми на своїх дітей, створюючи для них емоційно напружене середовище, яке насичене негативними переживаннями. Це, в свою чергу, призводить до перенесення на дитину моделей поведінки, заснованих на відчуттях безпорадності, невдачі та безнадійності, що формує у неї так зване «успадкування» сімейних дисфункцій. Постійне позбавлення відчуття успіху в дитинстві різко підриває її самооцінку та впевненість у собі. У результаті сьогодні діти, зокрема і підліткового віку, які зазвичай прагнуть до дорослості, починають уникати цього переходу, демонструючи приховану недовіру до навколишнього світу та, зокрема, дорослих.

Центральним моментом, що визначає благополучний і здоровий розвиток, згідно з теорією прив'язаності, є задоволення потреб дитини у чуйних, дбайливих відносинах з одним або декількома дорослими [10]. Наявність емоційної теплоти, підтримки та взаєморозуміння між членами сім'ї створює сприятливий клімат для розвитку дитини. І, як стверджував Джон Боулбі, перешкодами для здорового емоційного і соціального розвитку дитини є наявність розриву чи відсутності у неї емоційного зв'язку з батьками або іншими значущими дорослими. При цьому потреба в прив'язаності зберігається впродовж усього нашого життя і є певним чинником, який впливає на формування стосунків не тільки в підлітковому віці, а й коли ми дорослішаємо.

Тому, при виховуванні дитини потрібно враховувати, що надмірна залежність дитини від значимого дорослого, є проявом ідеалізації об'єкта прив'язаності, підпорядкуванні його інтересам та потребам, ігноруванні своїх потреб чи інших членів сім'ї. Така установка супроводжується зниженою самооцінкою, що про являється в підвищеній тривожності, агресивності та труднощах у побудові здорових міжособи-

стісних відносин. При помірній прив'язаності є усвідомлене рішення бути прив'язаним до певної людини та зберігати з нею відносини всупереч труднощам, що виникають. Слабкий рівень прив'язаності характеризує незначну або повну відсутність у дитини бажання перебувати поруч із іншою людиною, бути якимось чином із нею пов'язаною.

Слід також зауважити, що надмірно опікувані діти, незважаючи на наявність емоційного контакту з батьками, також можуть мати труднощі у встановленні емоційних відносин. Відбувається це тому, що потреба в емоційному контакті досить повно задовольняється ними у спілкуванні з батьками. Таким чином, занадто тісна прив'язаність до батьків може гальмувати розвиток дружніх та любовних стосунків.

Сьогодні значний вплив на свідомість дитини має хаотично отримана інформація з різних джерел, яка перебиває знання, отримані від батьків, вихователів, вчителів, та відкриває поле для різноманітних форм відносин, зв'язків чи дій. При чому ця інформація, вписується в життя дитини та у процес її розвитку [12].

Однак, сімейне виховання має глобальний вплив на соціалізацію дитини, що обумовлено її ідентифікацією, у ході якої вона свідомо чи несвідомо орієнтується на батьківський приклад і намагається наслідувати батьків, та підкріплення, що передбачає вже свідоме формування батьками у дитини соціально значущих якостей особистості, певну систему норм, принципів та правил поведінки, необхідних для повноцінного існування в соціумі [8].

Сьогодні актуальним є звернення батьків до фахівців за допомогою у налагодженні взаємостосунків з дітьми підлітками. Авторитет батьків сьогодні не є абсолютним для дитини, місце заборони та примусу має займати переконання. Безперечно, підтримувати моральний авторитет батькам важче, ніж владі, що спирається на силу [4]. Підліток одночасно стикається з великою кількістю таких психологічних проблем, які пов'язані з формуванням взаємостосунків з однолітками, засвоєнням комплексу моральних принципів та набуття почуття соціальної відповідальності. Також формуються постійні моделі поведінки та риси характеру, які визначають майбутнє життя індивіда, його фізичний та психічний стан [2]. Батьки в більшості випадків позитивно ставляться до своїх дітей. Однак, існує помітний розрив між батьківськими очікуваннями та реальними інтересами та цінностями підлітків, що часто призводить до непорозуміння і конфліктів.

У підлітковому віці емоційний зв'язок дитини з сім'єю ще досить міцний і на соціальне становлення особистості впливає склад сім'ї, тип взаємовідносин між батьками та підлітком, стиль виховання та ін. При цьому важливе зна-

чення – має поведінка, цінності, переконання, які поділяють батьки [5]. Використовуючи спілкування, особливу атмосферу турботи про членів сім'ї, щоденну корисну діяльність, сім'я створює можливості для формування у підлітків моральних цінностей та ідеалів, життєвих установок, соціальної зрілості [3]. Тому для успішного процесу соціалізації підлітка важливим є підтримка батьків та їх приклад у всьому для своїх дітей. Вони мають допомогти дитині у вирішенні проблем, які виникають у її віці, створити сприятливі умови для її соціалізації і формування її як особистості [6].

За допомогою цілеспрямованого, тривалого виховного впливу сім'ї на підлітка у останнього відбувається формування соціально значущих якостей особистості (наприклад, соціальна відповідальність, схильність до співпраці, працьовитість та ін.), позитивних навичок (наприклад, дотримання чистоти та порядку, пунктуальність, здоровий спосіб життя), а також правил поведінки в соціумі (ввічливість, повага до старших, готовність прийти на допомогу та ін.)» [9]. Завдяки цьому у підлітка розвивається моральна свідомість й він починає розуміти необхідність виконання правил та вимог.

У сфері розвитку відносин підлітків відзначається і такий феномен, як мобілізація, яка полягає у активній участі своєї особистості та погляді на світ. Вони перестають бути пасивними спостерігачами і починають активно висловлювати свою думку, відстоювати свої інтереси та позиціонувати себе як окремі особистості.

Внутрішня атмосфера родини є одним із найважливіших факторів, що формують самооцінку дитини. Вплив сім'ї на самооцінку має кумулятивний характер, тобто посилюється з віком і відбивається на структурі особистості. З переходом до підліткового віку спостерігається поступове зменшення впливу батьківських оцінок на самооцінку підлітка і посилення впливу соціального оточення. Це робить підлітковий період критичним періодом для оцінки ефективності батьківського виховання.

Важливо розуміти, що позитивна соціалізація дитини – це тривалий і багатогранний процес, який вимагає від батьків постійної уваги, терпіння і любові. Створення теплого емоційного клімату, активне спілкування, послідовність виховання, особистий приклад батьків і забезпечення соціального оточення – все це є невід'ємними умовами для успішного розвитку дитини. А неправильне створення сімейного мікроклімату може призвести до різних відхилень як у фізичному, психічному розвитку, так і в емоційній та поведінковій сфері. Відбувається травмування її психіки, гальмування розвитку її особистості, є сприятливим для порушень поведінки.

Отже, сучасне суспільство стикається з безпрецедентним рівнем складнощів у сімейних відносинах. Зростання кількості розлучень, поширення домашнього насильства, зміна традиційних ролей та вплив сучасних технологій на сімейне життя призводять до порушення психологічного клімату в багатьох сім'ях. Наслідки таких порушень можуть бути руйнівними для всіх членів сім'ї, особливо для дітей. Дослідження показують, що діти, які зростають у дисфункціональних сім'ях, мають підвищений ризик розвитку психологічних проблем: депресії, тривоги, низька самооцінка, а також проблем із навчанням та поведінкою.

В умовах сьогодення фахівцям пропонується скерувати свою роботу щодо сприяння стійкості батьків до викликів, коригування їх поведінки стосовно дітей, запобігання домашньому насильству, підвищення рівня обізнаності батьків про можливості отримання допомоги та підтримки по місцю проживання, надання підтримки батькам на подолання вразливості сімей, профілактику складних життєвих обставин.

Зокрема, міжнародними експертами пропонується фахівцям розглянути та врахувати в своїй роботі приклади підтримки батьків щодо розвитку їх батьківського потенціалу наступний досвід в країнах ЄС.

Програма «Батьки плюс» (Ірландія), ефективність якої полягає у співпраці з батьками в різних умовах (клініках, громадах і службах для дітей з інвалідністю) на просування позитивного сприяння розвитку дитини та покращення результатів для сімей: зменшення частоти поведінкових проблем у дітей, зниження рівня стресу у батьків та підвищення рівня задоволеності у батьків.

Програми раннього розвитку дитини, що реалізуються Центром освіти та професійного розвитку «Step by Step» (Крок за кроком) (Румунія), ґрунтуються на методах навчання, орієнтованих на потребах дитини, та активному залученні батьків. Акцент діяльності спрямований на покращення результатів навчання дітей та сприяння застосування практик позитивного батьківства для зниження випадків розлучення дитини з сім'єю.

Сімейні ресурсні центри (СРЦ) (Велика Британія) працюють, використовуючи модель підтримки сім'ї на рівні громади, на розширення можливостей сімей і громад шляхом розбудови спроможностей та лідерства за допомогою універсальних (для всіх сімей) і цільових (для сімей, що перебувають в групі ризику) послуг. Такі послуги включають надання порад, направлення, освіту і навчання навичкам, консультування, підтримку особистого розвитку і розвитку груп, в т.ч. і для надання практичної допомоги та послуги, як догляд за дітьми, поза-шкільні клуби та інші ініціативи на рівні громади.

Програми раннього втручання (РВ) (Німеччина) надають комплексну підтримку дітям із порушенням затримкою розвитку або інвалідністю та їхнім сім'ям, яка включає спеціалізований денний догляд, терапевтичні втручання, консультації для батьків та допомогу у взаємодії з соціальними службами. Це сприяє оптимальному розвитку, соціальній інклюзії та соціалізації. Дослідження діяльності таких програм продемонстрували покращення результатів для розвитку дітей та функціонування сімей.

Наразі в Україні є нагальна потреба належної організації роботи в соціальній сфері щодо підтримки сімей з дітьми, особливо вразливих категорій, та створення дружнього середовища для дитини з метою посилення спроможності батьків, подолання їх вразливості, набуття ними навиків у вирішенні проблемних ситуацій з дітьми на рівні кожної громади.

Порівнюючи алгоритми роботи фахівців в закладах освіти, в центрі соціально-психологічної реабілітації служби у справах дітей, соціальних служб можна зробити висновок, що їх поєднує спільна мета покращення якості життя дитини в сім'ї. Кожен фахівець має свої інструменти та навички, які доповнюють один одного. У своїй роботі фахівці керуються індивідуальним підходом до кожної сім'ї та комплексним підходом при вирішенні ситуації, яка в них склалася. Зокрема, поєднується психологічна, педагогічна та соціальна допомога. Однак, фахівцям різних служб потрібно враховувати, що позитивний результат досягається, коли вони регулярно між собою спілкуються та обмінюються інформацією, складається єдиний план роботи з сім'єю/дитиною/батьками, якому слідують у його реалізації, й забезпечується безперервність підтримки сім'ї.

Можна запропонувати один із ефективних напрямків підтримки сімей з дітьми – психокорекційну програму «Школа відповідального батьківства», де враховуючи спільні ознаки батьків чи інших законних представників дитини та особливості їх батьківського потенціалу, можна коригувати тематики тренінгових занять та залучати різних фахівців відповідно до їх потреб. Програма спрямована на: отримання батьками знань про психологічні процеси в сім'ї, зокрема про вплив минулого досвіду на сучасні взаємини; набуття практичних інструментів для побудови ефективної комунікації з дітьми та створення позитивного сімейного клімату; стимулювання батьків до рефлексії власних батьківських установок та переконань, що впливають на їхню взаємодію з дітьми.

Позитивними результатами проходження психокорекційної програми «Школа відповідального батьківства» є: збільшення рівня задоволеності батьків сімейними відносинами; покращення комунікації між батьками та

дітьми; зниження рівня конфліктів у сім'ї; підвищення самооцінки дітей та батьків; формування позитивного батьківського ставлення до дитини.

Отже, можна зробити висновок, що сімейний мікроклімат має вплив на розвиток особистості дитини. Батьки відіграють вирішальну роль у формуванні її особистості. При цьому основними умовами оптимального розвитку особистості дитини в сім'ї є: створення атмосфери взаєморозуміння, підтримки, довіри та любові в сім'ї; регулярне та змістовне спілкування між батьками та дитиною; послідовність, обґрунтованість та справедливість виховних заходів, застосування методів переконання та пояснення замість покарання та батьки як джерело наслідування для дитини. Виклики, з якими стикаються сучасні сім'ї, особливо під час війни, потребують якісної комплексної міждисциплінарної узгодженої підтримки сімей з дітьми, особливо вразливих категорій. А фахівці, які взаємодіють із сім'ями з дітьми, повинні враховувати, що кожна сім'я унікальна, і те, що працює для однієї сім'ї, може не працювати для іншої.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Бріш К.Г. Розлади прив'язаності від теорії до терапії: Посібник. Львів, 2012. 230 с.
2. Василець Н.М. Довіра як підґрунтя толерантності у психолого-педагогічній взаємодії. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2012. № 1. С. 114–121.
3. Ганошина А.І. Прив'язаність до батьків як чинник подружніх стосунків. Актуальні проблеми особистісного зростання : збірник наукових праць / редкол.: Л.П. Журавльова, Л.О. Котлова, К.А. Марчук; М-во освіти і науки України, Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. Житомир, 2019. С. 221–224.
4. Кононко О.Л. Виховуємо соціально компетентного дошкільника : навч.-метод. посіб. до Базової прогр. розв. дитини дошк. віку «Я у Світі». К. : Світич, 2009. 208 с.
5. Крива Н.Л. Проблема довіри в сучасній психології. Теорія і практика сучасної психології. 2018. № 1. С. 128–132.
6. Крижановська З. Надійний тип прив'язаності як основа розвитку психічного здоров'я дитини. *Сучасні психологічні тенденції підтримки та відновлення психічного здоров'я особистості* : теорія та практика, тези доповідей II міжнарод. міждисциплінар. конференції. Харків, 2021. С. 59–68.
7. Ларкіна І.В. Соціально-психологічні функції довіри: сучасний погляд. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. 7. Вип. 31. С. 124–132.
8. Лисенко Д.П. Довіра як соціально-психологічний феномен. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 3. С. 123–126.
9. Лялюк Г. Взаємна довіра як умова виховання дітей-сиріт у контексті особистісної парадигми. *Гірська школа українських Карпат*. 2020. № 22. С. 198–202.

10. Романчук О. Психотравма та спричинені нею розлади: прояви, наслідки та сучасні підходи до терапії. *НейроNEWS: психоневрологія і нейропсихіатрія*. 2012. № 1. С. 31–39.

11. Романчук О. Сім'я, що зцілює: основи терапевтичного батьківства дітей, що зазнали скривдження та емоційного занедбання. Львів : Колесо, 2013.

12. Савченко І. Особливості психолого-педагогічного дослідження довіри дітей старшого дошкільного

віку до дорослих. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. 2013. Вип. 47. С. 255–261.

13. Синявський В.В., Сергєєнкова О.П. Психологічний словник / за ред. Н.А. Побірченко. Київ, 2007. 336 с.

14. Ситнік С.В. Довіра до людей та її прояв у міжособистісній взаємодії. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2021. № 5. С. 59–65.